

摂食障害に悩むあなたと サポートする方々への受診案内

摂食障害は食行動を中心にいろいろな問題が現れます。そして、治療の難しい病気でもあります。その理由は、摂食障害 という病がこころの病でありながら、からだの問題を抱えることが多いからです。

特に体重が減れば減るほど、からだの問題は大きなものになっていきます。

摂食障害の患者さんや家族の中には まずどこに受診したらいいかわからない、という方が多くいらっしゃいます。

この受診案内は、そんな方々に対して、適切な受診先を案内するために作られました。

以下の文章および裏面のフォローチャートを参考に、適切な医療機関を受診してください。

摂食障害の治療において、受診先を決める重要なポイントは、からだの状態とこころの状態です。まず、からだの状態によって受診先を考えます。

生命的な危機状態であり、からだの治療のため緊急に入院が必要な場合

- ・ 起き上がりや階段の上り下りができない程の全身衰弱
- ・ 低血糖による昏睡等の意識の障害(気を失う、ぼうっとする、呼び掛けても反応が鈍い等)
- ・ 感染症(例: 高熱が続く)
- ・ 腎臓の機能の低下(例: 尿が出にくい、むくむ)
- ・ 不整脈 や徐脈(例: 脈がとぶ、脈が遅い)
- ・ 心不全(例: 少し動くと息がきれる、少し動くとしんどそう、むくむ)
- ・ 重度の電解質異常(ナトリウムやカリウム、リンの異常)
- ・ BMI 12未満(BMI: Body Mass Index=体重(kg)÷身長(m)²)
(例えば、身長160cmであれば体重30.7kg未満、身長155cmであれば体重28.8kg未満)

緊急ではないが、からだの治療のための入院が適切な場合

- ・ BMI 15未満入院による栄養療法が適切
(例えば、身長160cmであれば体重38.4kg未満、身長155cmであれば体重36.0kg未満)
- ・ 10日以上ほとんど食事摂取をしていない ・ 1か月で5kg以上の急激な体重減少がある
- ・ 電解質異常(特にカリウムやリンの異常)

からだの状態が上記にあてはまらないようであれば、こころの状態によって受診先を考えます。

精神科での入院治療を考えるべき場合

- ・ 希死念慮(死にたいという気持ち) ・ 自傷行為(リストカット、大量服薬 等) ・ 他者への暴力

入院は必要ではないが、精神科での治療が望ましい場合

- ・ 抑うつ状態(気分が落ち込んだり、悲観的になったりすること) ・ 強い不安
- ・ 強迫(食物やそれ以外へのこだわり、確認行為や手洗いを繰り返すこと等)
- ・ アルコールや薬物の不適切な使用

相談先と、正しい情報について

具体的な受診先については、お住まいの保健福祉センターや
摂食障害相談ホットライン <https://sessyoku-hotline.jp/> 等でご相談ください。



相談ホットライン

摂食障害についての情報は

「摂食障害全国支援センター」の摂食障害情報ポータルサイトもご参考ください。

一般の方 https://edcenter.ncnp.go.jp/edportal_general/

専門職の方 https://edcenter.ncnp.go.jp/edportal_pro/



一般の方



専門職の方

摂食障害受診のためのフローチャート

以下のうち、一つ以上がある

- ・意識障害(呼びかけても反応が鈍い、ぼうっとしている等)
- ・心不全(少し動くと息が苦しい、むくむ等)
- ・不整脈(脈が飛ぶ、脈が遅い等) ・腎不全(尿が出にくい、むくむ等)
- ・起立や階段歩行が不可能なほどの全身衰弱
- ・重度の電解質異常(ナトリウムやカリウム、リンの異常)

→ YES

→ NO

NO

BMIが12未満である

YES

YES

身体治療が可能な医療機関を
至急受診してください。
身体的な治療が優先です。

NO

以下のうち、一つ以上がある

- ・BMIが15未満である
- ・10日以上ほとんど食事摂取をしていない
- ・1か月で5kg以上の急激な体重減少
- ・重度の電解質(特にカリウム、リン)の異常

YES

摂食障害の治療をしており、身体治療が
可能な医療機関を受診してください。
総合病院であり、摂食障害の治療をしている
精神科や心療内科がある施設や、
身体状態によっては、精神科病院でも対応が
可能なこともあります。

NO

以下のうち、一つ以上がある

- ・希死念慮(死にたいという気持ち)
- ・自傷行為(リストカット、大量服薬等)
- ・他者への暴力

YES

精神科を受診してください。
症状によっては精神科病棟での
入院治療が必要です。

NO

以下のうち、一つ以上がある

- ・抑うつ状態(気分が落ち込む、悲観的になる等)
- ・強い不安
- ・強迫(こだわり、確認行為等)
- ・アルコールや薬物の不適切な使用
- ・電解質(特にカリウム、リン)の異常

YES

摂食障害の治療をしている
精神科(クリニック含む)を
受診してください。

NO

入院治療をしたい

YES

摂食障害の治療をしている 入院
施設のある精神科か心療内科を受
診してください。

NO

摂食障害の治療をしている精神科
か心療内科(クリニック含む)を
受診してください。

BMI: Body Mass Index=体重(kg)÷身長(m)²